

Répétition des phrases avec L'expression « Parce que »

Dans certains ateliers, (par exemple atelier 3-2 et atelier 4 et 5) je vous demanderais de répéter des phrases, des phrases qui décrivent des croyances limitantes, ou bien des phrases qui décrivent des angoisses, des peurs ou des désirs de base afin de s'en libérer.

Les phrases que je vous demanderai de répéter sont suivies de l'expression « parce que ». L'expression « parce que » permet de dévoiler l'ensemble des raisons, causes et origines responsables de la création du problème, il s'agit juste de faire confiance à votre subconscient et le laisser rechercher la source du problème.

Continuez simplement à répéter « parce que » jusqu'à la phrase suivante, n'essayez pas de faire quoi que ce soit, n'essayez pas de chercher, laissez simplement **votre subconscient** faire le travail, laissez-le chercher la source, qui a programmé le problème.

Répétez les phrases avec votre cœur, imaginez que votre bouche se trouve au niveau de **votre cœur** et que des paroles en sortent.

Durant l'exercice, vous pouvez ressentir, soit des picotements dans différentes parties de votre corps ou des courants de chaleur, vous pouvez ressentir, de la peine, de la tristesse ou toute autre sorte d'émotions qui peuvent monter, il suffit de rester calme, car tout est sous contrôle et le corps sait ce qu'il est capable de gérer.

Bahia Settaf